Що жінки мусять знати?

ПОРАДНИК ДЛЯ ЖЕНЩИН

ЩО хочуть бути здоровими.

МІСТИТЬ В СОБІ

1. Жіночі недуги. 2. Місячка і тяжа. 3. Що робити коли женщина в тяжі? 4. Як собі радити, коли захоріє вагітна женщина? 5. Запліднене. Тяжа. 6. Коли родить ся дитя? Житє плоду в матерниці. 8. Як родить ся дитя? 9. Чого не робити при породї? 10. Що робити при породї? 11. Як собі радити в тяжших недомаганях при породї? 12. О тяжких породах. 13. Як женщина повинна заховувати ся по породї підчас пологу? 14. Що робити в легших і тяжших недугах підчас пологу? 15 Як обходититсь з новонародженим дитятем?

НАКЛАДОМ »РУСЬКОЇ КНИГАРНІ«

848—850 Мейн Ст. Віннїпеґ, Ман.

ПОРАДНИК
ДЛЯ ЖЕНЩИН
що хочуть бути здоровими.

——««о»»——

написав
Др. ЙОСИФ ЗЄЛЬЧАК.

———

З польского переклав
М.П.Б.

НАКЛАДОМ »РУСЬКОЇ КНИГАРНІ«
848-850 Мейн Ст. **Вінніпеґ, Ман.**

Жіночі недуги.

Нема на сьвітї чоловіка, що не хотїв би бути здоровим а прецїнь мало є людий, котрі не шкодили би свому здоровлю. Один їсть стару зіпсуту поживу, другий пє за богато горілки, третий спить в душній без вікна комірцї, инший — хотяй кашляє — ходить босоніж навіть в зимі.

Найбільше кривди свому здоровлю заподївають женщини. Панни, хотяй би мали болї при місячнім упливі крови, хотяй би уплив крови був надто обильний, ходять до роботи, наче би їм нїчо не доскулювало; вагітні невісти на кілька годин перед породом двигають тягарі; сплоджуючі слухають дурних рад шептух; — хорі на опад матерницї, або на уплив крови, працюють, наче би не мали нїякої хороби.

Розуміють ся, не все їх в тім провина. Біда, серед котрої мусять жити, не часто дозволяє заперестати роботу, відпочивати в комнатї, лежати на вигідній постели або також лїчити ся, як належить ся. Часто також случаєть ся, що не біда спричиняє хоробу женщинам, але їх темнота і слуханє рад дурних людий.

Недуги жіночі є і дуже часті і дуже рїжнородні. Кождa з вас певно чула про них. про запаленє матерницї, а її опадї, скривленю, зігненю, про уплив крови, кровавленє матерничне, рака і инші нарости матерницї, про запаленє болони червоної, полову горячку і т. и.

Одні з сих недуг, запаленя — приходять нагло з великим болем, з дрожию і горячкою; они можуть закінчити-сь і смертию. Инші повстають поволи і тягнуть ся довго. Однакож всї недуги жіночі мають ту цїху, що дуже підривають здоровлє.

Такі женщини звичайно блїднїють і нидїють, але хотяйби і добре виглядали, то таки чують ся ослабленими; не мають охоти до праці анї до забави нїчо їх не тїшить, часто суть сварливі, злі, примхуваті.

Жіночу недугу може пізнати і добре лїчити лише доктор. До него отже треба удаватись в такім терпіню, а не до баби, ворожбита. Однакож найлучше зовсїм не хорувати, уникати все те, з чого можуть витворитись жіночі недуги, що повстають они з ріжних причин. Одні — через пошкодженє собі підчас місячки,застуду в зимній купели, чи в инший спосіб підчас місячки, подвиганє, стосунок з мужом в тім часї; всьо те може легко спричинити недугу.

Инші недуги походять від тяжких породів,або від невчасного породу.

Єще инші — з зараженя хоробою венеричною і з недбалого лїченя її.

Дуже часто женщини хорують лише через те одно,що передвчасно піднесли ся з лїжка по породї, що за скоро почали працювати і двигати тягарі.

А скількож то разів женщина стягає на себе хоробу з власної волї, чи то з власної вини, чи також через темноту своїх найблизших свояків. Кілько то женщин вже померло або окалїчіло через невмілу поміч, яку їм подано при породї, в полозї або в хоробі!

Не може се нїяк людям в голові помістити сь, що лїпше цїлком не лїчити, нїж зле лїчити.

Женщини, котрі собі або иншим плід нищать, часто спроваджують тяжкі хороби, ба, навіть і смерть!

З набутої раз хороби не вилїчить ся нїхто сам з кишки. На то треба поради доброго лїкаря. Добре однакож буде всїм то знати, що нема може инших недуг, в котрих так був би помічним спокійне лежанє в лїжку, як в хоробах жіночих.

Часто суть помічними лїтні купелї, чи то з чистої води, чи із солию. Окром купелий повних, нераз помагають купелї сидячі (насїдні): у ваннах умисне до того зроб-

них сидить ся лише у водї, а тїло від бедра ноги від колїн полишають ся в одежі.

В конечности таку ванну може заступити балїя до прання. До купелї насїдних при упливах крови часто дають відвару з дубової кори.

(Женщина, що хоче охоронити ся від жіночих недуг, повинна заховувати чистоту, купати ся по кождій місячцї, часто підмивати ся чистою водою).

Лїкарі на ріжні жіночі недуги мають ріжні лїкарства. Окрім купелий они часто поручають шприцованя, вшприцованя теплої води (при упливах крови), смарованя на живіт, закладають вінцї, роблять прорізи і инші операциї.

Місячка і тяжа.

Кожда женщина знає і чула о матерницї, але мало котра сказала би, где она лежить, як виглядає, до чого служить. Отже скажу вам дещо про се.

Матерниця є то мяский мішок подоби грушковатої; лежить она в серединї лоханї (в самім долї живота) лише не зараз за скіркою, бо там містить ся мочевий міхур, але за ним а перед заузницею (відходовою кишкою). Широким кінцем она звернена до гори, має отже над собою кишки. Шийкою (вузким отвертим кінцем) зверненою на дїл, матерниця входить в болотнистий канал, т. зв. маточну піхву.

Матерницю мають лишень женщини.

В матерниці росте і розвиває ся плід, нїм стане ся спосібним до житя і прийде на сьвіт. Плід повстає із заплідного яйця.

Орудя розродні у женьского пола лежать внутр ямини лоханної по обох боках матерницї і складають ся з двох яєчників, з правого і з лївого, котрі бувають завбільшки оріха лїскового, а мають вид насїня мікдалового.

У молоденької дівчини ті яєчники є неґійсвуючими, яєчка в них не дозрівають. Але коли дівчина підростає і дістає місячку, відтоді що місяця в однім або другім яєчнику одно яєчко дозріває і дістає ся до матерниці.

У женщини невагітної, але полово зрілої, витворює внутренна стїно матерниці правильно меньше-більше в чотиротижневих наворотах уплив крови звісний під назвою „місячного", „правильности" або місячки, а тоді з кровою відпливає на внї і те дозріле яйце.

Яйце людске єсть то кулястий міхурчик о промірі 0.22 мілїметра. Складає ся оно з ослонки прозорої (оболони жовточної) і жовтка з міхурцем зародочним і точкою зародочною. Яйце єсть оттак клїтиною: єго ослонка одвічає оболоці, жовток змістови, міхурець зародочний ядрови, а точка зародочна ядерцю.

У замужної женщини таке дозріле яйце може стрінути ся і злучити ся з мужеским насїнєм. Тодї місячка вже не наступає. Дозріле яєчко дістає ся з яєчника до матерниці через рурку т. зв. яйцевод або трубу матерну. Є два яйцеводи — по одному від яєчників.

Запліднене яєчко приклеюєть ся до внутра матерниці і виростає в нїй на плід і так наступає тяжа.

Наші дівчата звичайно в чотирнайцятім або шіснайцятім роцї житя дістають в первий раз місячку, то є кровавленє в матерницї і піхві.

В горячих краях місячка починає ся в раньшім часї, а в дуже зимних в пізнїйшім часї нїж у нас.

Місячка у здорових женщин треває три дни, чотири, пять, а повторяє ся що чотири тижнї аж до сорок пятого або пятьдесятог року житя.

Підчас місячки женщини часто виглядають блїдо, мізерно, чують ся ослабленими; часом дізнають болїв в кри-

жах, в долїшній части живота, часом мають розвільненє, нудоту, заворот голови. Застуда в тім часї, або за велике умученє, може легко спровадити хоробу. Хто лише може, нехай хоть в перший день місячки не працює тяжко, не двигає тягарів.

Підчас місячки не можна купати ся, танцювати, мати зносини з мужом. Треба стеречи ся застуди, дбати про чистоту, підмивати ся теплою водою. По місячцї добре взяти лїтню кушіль.

Єсли при місячцї відпливає крови за богато, або що гірше кавалками, то конче треба заперестати всяку роботу і чим скорше положити ся до лїжка; на діл живота добре тодї прикладати що години оклади з зимної води і тепло прикриватись; не можна шити нїчо горячого. Єсли сильне кровавленє через кілька годин не устає, треба покликати лїкаря-доктора.

Часом при місячцї бувають дуже сильні болї в крижах, кольки в долї живота; тодї також найлїпшим лїкарством є відпочинок і лежанє.

Бувають случаї, що місячка у дївчат значно пізнїйше починає ся, в 18 а навіть 19 роцї житя. Звичайно се буває у дївчат слабовитих, блїдих. Тодї многі матери бігають до ріжних бабів по зїлє і ради, переплачують ріжних ошуканців, часто думаючи, що якийсь злий чоловік кинув уроки на їх доньку — як би то справдї міг хто на сьвітї уроки кидати або духи викликати!

Єсли не хочете зашкодити своїм донькам, не давайте самі нїяких лїкарств на спровадженє місячки, але лише старайте ся їх скрішити на здоровлю, даючи їм на поживу мяса, яєць, молока, пива. Памятайте, що майже завсїгди така дївчина не через то хорує, що єще не має місячки. Противно, власне в наслїдок хороби, браку сил, місячка так довго у неї не приходить. На ту хоробу (блїдницю) лїкарі мають досконалі лїкарства.

Також случаєть ся, що місячка затримаєть ся на кілька місяцїв; часом буває то з перестуди, часом навіть з великого смутку або переляку. І в такім разї біда невелика, нема чого лякати ся; на другий або третий місяць, кровавленє може само через себе вернути. Не потреба також нїчо робити, коли місячка о кілька днїв опізнить ся, або скорше з'явить ся.

Запліднене яйце, як вже знаєте, приліплюєть ся до середини матерницї, приростає до неї і росте поволи, аж повстане з него плід, котрий поволи стаєть ся що-раз подібнїйший до дитяти. Так само з яйця курячого поволи розвивається курчатко. О такій женщинї говорить ся, що є в тяжі; легко тепер зрозуміти, для чого материця в серединї є порожна, а її стїнки є розтягливі, як ґума.

Підчас вагітности материця розтягає ся, а Її яма пораз дужше побільшаєть ся. Від четвертого місяця материця підносить ся у гору так, що при кінци шестого місяця Її дно є вже коло пущя, а в девятім місяци під серцем, що легко можна намацати пальцями, кладучи їх на живіт і кінцями легко натискаючи.

У вагітної женщини живіт звільна побільшаєть ся, всї розродні і споловні орудя є опухнені, пересяклі кровю; груди повні; соски (цицьки) темнїйші і при натисканю часто виділяють клей подібний до молока; місячка устає. Звичайно дуже легко пізнати, чи женщина є в вагітности. Не трудно однакож і помилити ся. Є случаї, що і доктор не може того напевно сказати в перших місяцях вагітности. Живіт бо може побільшити ся по причинї якого опухненя, або внутрішних наростів, а місячка може затримати ся по причинї якої недуги.

При кінци пятого місяця завсїгди вже можна бути певним вагітности, тодї матїр так виразно чує рухи плоду, що

можна вже чути битє серця дитяти, прикладаючи ухо до живота матери.

Що робити, коли женщина є у вагітности?

Часто приходить ся чути, що женщина є хора, бо є вагітна. Ясна то брехня, вагітність бо не є хоробою. Коли жолудок або кишки є наповнені поживою, нема в тім преціньь хороби, для чогож називати хоробою, коли матерницьо виповняє плід? Кожда здорова женщина повинна мати мужа і родити дїти. Може вивязати ся при вагітности хороба але то так само як і в їдї, віддиханю; десятьом, сто людям якась пожива піде на здоровлє, а одному спровадить хоробу, бо жолудок і кишки його були за слабі, меньше соків видїляли; сто людий може свобідно віддихати душним воздухом, в найбільшім натовпі людий, а инший тратить змисли і млїє.

Коли-ж сама вагітність не є хоробою, то не треба її нїчим лїчити, бо кожде лїкарство без потреби даване, є наче трутиною і шкодить здоровлю а в вагітности може єщє спровадити уплив плоду.

Не меньше преціньь женщини підчас вагітности повинні бути осторожнїйшими і більше дбалими о своє здоровлє. Легко зрозумієте, для чого розширена в тяжі матерниця тисне то на кишки і жолудок, то на міхур мочевий, то на утробу, то на легкі і серце; отже кожда з тих частий може легко захорувати.

Окрім того орудя розродні женщин вагітних є переповнені кровю, розтягнені, отже і сильнїйші рухи (пр. скаканє) можуть викликати уплив крови, або скиненє плоду. то за побитє вагітної женщини і право острійше карає. Добре віджившюванє ся вагітної женщини є важним для того, що рівночасно кормить она своєю кровю і дитя, котре носить в своїй утробі, проте чим лїпшим воздухом віддихає, тим чистїйшою є її кров, чим поживнїйшу їду споживає, тим бодрійшою і покріпляючою є її кров.

Належить проте перестерігати, щоби вагітні женщини: не двигали великих тягарів, не скакали, не їздили верхом на кони, не танцювали, надто не мучили ся, щоби нїколи не брали лїкарств на блюванє, а осторожно лїкарства на перечищенє, аби віддихали як найбільше чистим воздухом, в лїтї спали при трошки отвертім вікнї, не сидїли в задусї, часто провітрювали свої комнати; щоби в зимних днях тепло одягали ся, носили майтки, не носили шнурівок, не стискали ся міцно анї в бедрах, анї підвязках; щоби чисто утримували своє тїло, що-день обмивали орудя споловні, носили чисте білє; щоби їли поживні і легко стравні поживи. як найменьше про те: гороху, фасолї, чорного хлїба, а за те много молока, мяса, овочів: щоби не сидїли тягом в дома, але щодень бували на съвіжім воздусї; щоби споловане було рідше і осторожнїйше; щоби старали ся бути спокійними, не бояли ся породу, не приглядали ся тяжким породам; щоби груди удержували тепло, нїчим не стискали, а в послїдних місяцях обмивали горілкою бородавки соскові, бо тим способом уникає ся болїсного пукненя бородавок соскових підчас кормленя.

Як собі радити, коли заслабне вагітна женщина.

Єсли вагітна женщина захорує на яку тяжшу горячку, як тиф, холєра, запаленє легких то часто наступає скиненє плоду: материця починає корчити ся і викидає з себе плід, хотяй нераз єще далеко єму до дозрілости.

В легших загальних хоробах скиненя плоду не бувае, але тодї женщина не може брати нїяких лїкарств без поради лїкаря.

Часто лїкарства, що суть добрі для невагітних, підчас вагітности стають ся шкідливими. Кожде лїкарство, котре спроваджує наглий приплив крови до орудий розродних або і корченє материцї, є тодї дуже не в пору: може спровадити смерть дитяти, скиненє плоду, сильні упливи крови. Нехай вагітна женщина нїколи не старає ся викликати у себе

блюванє, хиба в наглих отроєнях, нехай нїколи не позволяє пускати собі крови, нехай не мочить ніг в дуже горячій воді.

Хотяй вагітність не є хоробою однакож многим женщинам спричиняє она часом дуже прикрі, хотяй проминаючі болїзни. Найважнїйші з них є: блювання. Часто помагає на них зимна вода, чорна кава, поликанє кусничків леду, або води з цитриною.

На болї в крижах найлучше помагає відпочинок в сні на кілька годин. На запір найлїпше є заштрицовуванє до слїпої кишки теплої води з ложкою оливи.

При опухненю жил на ногах добре є також полежати якийсь час в лїжку.

Упливи крови з орудій розродних є завсїгди небезпечні, бо звичайно разом з ними наступає і скиненє плоду. В такім случаю треба положити женщину до лїжка навзнак, давати їй до питя зимну воду з цитриною і спровадити доктора. Скиненє плоду не є таким звичайним, нешкідливим випадком, як то думають наші женщини, бо треба по нїм перележати в лїжку кілька днїв. Дуже часто по скиненю плоду наступають довгі хороби матерницї, а головно вже тодї, єсли вагітна умисно викликала скиненє плоду. За той злочин вже много женщин відпокутувало смертю, або довгою і тяжкою хоробою. Треба і про се знати, що право тяжко карає за скиненє плоду, не лише матїр, але і тих, що їй при тім помагали.

Коли скиненє плоду вже раз приключило ся, то легко може повторити ся і при слїдуючім породї. Тим осторожнїйше треба тодї заховувати ся. Бувають женщини так нещасливі, що нїколи не можуть доносити плоду — завше скидають і то завсїрди в тім самім місяци вагітности.

Они повинні би через той небезпечний час перележати в лїжку (хотяй би і цїлий місяць) і вздержати ся цїлком від сполованя.

Часом табі безушинні — скиданя плоду походять з хоробы венеричної чи то мужа, чи женщ, чи також обоїх. Повинні в такім случаю найперше вилїчити ся.

Много єще болїв може бути при вагітности: конвульсиї, корчі, жовтачка, опад матернищі, Її похиленє, задержанє мочи, слиненє. Самі однакож на них нїчо не порадите, часом навіть і лїкар нїчо не поможе — треба чекати кінця вагітности.

Заплідненє. Тяжа.

Підчас сполованя виливає ся сїмя мужеське (sperma) до піхви, звідки дістає ся до матерницї. В матерниці сїмя може стрінути одно або більше яєць, котрі віддїливши ся з яєчника прямують трубами до матерницї. Наслїдком тої стрічи яйце заплідняє ся і відтак яко яйце плодове або насчаджене входить звичайно в ямині матерницї в близку звязь з тїлом матери і стає здібним витворити в собі плід людский. Виїмково відбуває ся розвиток плоду не в матерницї, а по за нею (тяжа заматернича) котра завсїгди для плоду. а також по більшій части і для матери є смертносною.

Коли яйце стало заплідненим, говоримо, що „насчадило ся", а про женщину, що „зайшла" або „зачала". Від того часу є вагітною.

Вагітностию або тяжю зовемо проте стан, в якім находить ся женщина від зачатя аж до породу.

По заплідненю обуджує ся нове житє в яйцї: повстає в нїм ряд чинностий і змін, наслїдком котрих оно збільшає ся, розвиває ся в нїм плід і так звані части єго додаткові або „причинки". Тоті причинки служать до укріпленя і охорони плоду а заразом посередничать в єго відживі. Належать до них: 1) оболони (пліви) плодові творячі так званий чіпець або міхур плодовий, є їх три в такім порядку числячи із внї до середини: а) дочасниця, б) косматка, в) ягнівка. 2) верівка пупна або пупник. 4) вода плодова (обтік).

Яйце звичайно буває запліднене в трубі; звідтіль попадає оно до ямини матерниці, де значно вже напучнявіле осїдає звичайно в околицї дна матерницї межи закладками розпухненої єї слизницї: закладки тоті буйно розростаються і окружають напослїдку яйце плодове докола яко так звана плїва дочасна або дочасниця. При дальшім збільшеню яйця плодового, дочасниця зростає ся з слизницею ямини матерничої, а властиво ослона яйця плодового дїлить ся на дві плїви, так звану воднівку або ягнівку і внїшну так звану кошлівку або суднянку (косматку): з тої виростають докола космики, котрі вглубляючи ся в дочасницю укріпляють яйце в матерниці і посердничать в відживі ящя, немов коріне у ростин. Однакож вже з кінцем другого місяця тяжі нидіють отті космики довкола яйця плодового: в однім лише місци звичайно в околиці дна матерниці розростаються они сильнїйше і творять разом з судинами кровоносними матерниці містище, котре відтак сполучує яйце плодове з матерницею, а тим способом з тїлом самої матери і посередничить в відживі того яйця. Внутр яйця образує ся тим часом з зародка плід в водї плодовій занирений а пупником (верівкою пупною) сполучений з містищем.

Пупник є мов верівка розпятий від пупця дитини до містища. В другім місяцї житя насчадка пупник єще дуже короткий, та опісля продовжує ся значно а на послїдку буває на пятьдесять кілька центиметрів довгий, отож довший від самого плоду.

Пупник буває многократно скручений, а тих скрутів мож начислити до 40. Скрути пупника походять від того, що дитина много разів обертає ся в матернищї, за кождим разом змінюючи своє положенє. Пупник є ослонений піхвою пупниковою, котра є продовженєм воднівки. В піхві пупниковій лежать дві артериї пупцеві, проводячі кров з містища до тїла дитини. Маса слизиста так звана дриглячка виповнює простор межи піхвою і судинами, Після скількости дриглячки буває грубість пупника меньша або більша.

Від росту плоду і скількости водянівки (обтоку) зависить великість цілого яйця. В перших днях зачатя є оно завбільшки проса, по місяцеви так завелике як яйце голубине, по двох місяцях стає як яйце куряче і дальше постепенно збільшує ся, а з кінцем тяжі буває на 3 дециметри довге, а два дециметри широке та важить яких 10 фунтів.

Коли родить ся дитя?

Тяжа тріває звичайно 280 днїв т. є. 40 тижнїв або 10 місяцїв луннич, числячи місяць по 28 день. Після місяців календарних або сонячних правильний час тяжі виносить 9 місяців і 7 днїв. Всї вагітні матери є цікаві знати в котрім місяци, тижни і дни будуть родити. Обчисляють они ту хвилю всїляко. Найлучшеж числить та, котра до першого дня послїдної місячки докладає девять місяців і єще сїм днїв.

Розуміть ся, що о кілька днїв можна перечислитись, але бодай знає ся меньше більше, в якім часї — в якім тижни, — прийде на сьвіт дитя. Часом трудно обчислити, коли вагітна не пригадує собі часу послїдної місячки. Тодї треба памятати, що перші рухи дитяти відчуваєть ся в половинї вагітности, в її пятім місяци. Коли-ж вагітність тревае всього девять місяцїв після календаря, а перші рухи з'являють ся в пятім — то ясно, що до уродженя від того часу єще бракує чотири до пять місяців.

Чим близше кінця вагтносіти, тим плід більше дозрілий і подібнїйший до дитяти. В матерниці плід пливає в міхурі, наповненім воднистою течю — плодовою водою (обтїком). Той міхур є зрослий з матерницею в тім місци, где приклеїло ся до неї яйце по запліднею. Те місце називає ся містищем; в послїднім місяци виглядає оно як плоский округлавий кусник мяса і важить пересічно один фунт.

Від середини містища, часом від берегу, іде до пупця верівка пупна або пупник, грубий на один палець, а на один

локоть довгий. Плід витягає для себе поживу із крови матери. У тім пупнику є рурка із кровю; крізь одну — кров припливає від матери до плоду, а скрізь другу — вертає від плоду до містища.

Житє плоду в матерниці.

Спершу плід бере корм з соків слизниці матернічої. Пізнїйше ведуть обі артериї пупцеві кров з тїла дитяти до містища, відтак дістає ся она до волосниць, находячих ся в космиках кошлівки, а з волосниць до поєдинчої жили пупцевої і за єї посередою вертає опять до жил дитячого тїла. При тій кружбі пупцевій лишень певні істоти проникають через стїни судин.

До крови дитячої, пливучої через волосниці кошлївки, дістають ся з крови матери сировать, розпущений білок, соли і кисень: з крови дитячої переходить у кров матерну лиш вода і двукисняк угля. Коли згаданий ґаз хоть би іно кілька мінут здержав ся в крови дитячій, або коли кисень не переходить у кров дитячу для її відсьвіжуваня,то дитина дусить ся, як то частїйше помічано при сильнім стиску пупника підчас породу.

Містище має для плоду дуже важне значінє. Оно очищує кров дитячу від двукусника угля, а достарчає їй кисня. Окрім того за його посередою всї потрібні кормини переходять з матерної крови до дитячої. Оттак орудує оно чинностями, які опісля по зродї звершають в орґанїзмі легкі і снаряд травленя.

Серце плоду бє двократ скорійше нїж у дорослого чоловіка, яких 140 раз на мінуту. Плід, порушаючись від часу до часу, ликає трохи з оточаючої єго води плодової. Нестравлені останки обтоку (води плодової) разом з слизню жолудочною і кишковою та видїляною жовчию збирають ся в смоловату тяглу масу зеленавої барви, так звану смілку.

Плід звичайно не видає ще єї з себе, з вийомом лишє

при спиненім доводженю кисня т. є. коли дусить ся. Натомість мочу видає правильно і то досить часто до обтоку (води плодової).

Як родить ся дитя?

По девяти місяцях, коли плід цїлком дозріє, женщина починає відчувати себе недобре; є неспокійною, має за часто моч і столець, нарікає часом на дрож. У тих, що мають родити вперший раз тягнеть ся то день і два, а у тих, що вже родили, може не бути того цїлком.

Сам порід починає ся доперва тоді, коли приходять болї породові, що тягнуть ся від крижий до долини живота і горішних частий ніг. В часї кождого болю матерниця корчить ся, а міхур з плодом розтягає Її долїшню часть і отвиряє отвір матерниці, котрий що раз обілшаєть ся. Ті породові болї, ті корчі матерницї єще короткі і слабі, повтаряють ся меньше більше що чверть години, а тревають через кілька або більше годин, поки не пукне вистаючий вже до піхви міхур плідний і не виллєть ся з него вода, котра плід окружала.

Від того часу порід іде далеко скорше, болї, корчі матерницї суть далеко сильнїйші, довші і раз по раз один по другім приходять в коротці через дуже розширений отвір матерниці і розтягнені орудя споловні. Вишихають они звичайно найперше головку дитяти, а по кількох хвилях решту часть тїла. При тім виливаєть ся решта плідної води і завсїгди троха крови, але ще не всьо скінчене: в матерниці полишилось містище; той кусиик мяса получений з дитячим пупчиком. Отже за кілька мінут, часом доперва за пів години і більше, знова корчить ся матерниця аж вишхне із себе містище і решткп міхура плідного. Доперва тоді порід скінчений і болї зникають.

Цїлком подібно відбуває ся порід і тоді, єслп дитя родить ся ніжками. Сам порід у первісток тягнеть ся около

двайцять годин, а у тих, що вже родили, далеко скорше.

Случає ся, що женщина носить в матерниці два плоди, а часом і три. В такім случаю найперше родить ся одно дитя, по кількох хвилях, або чверть годинах друге, а вкінци трете; містища, можуть доперва всї разом віддїлити ся по послїднім породї. При уродженю близнят, часто оба немовлята суть живі і здорові, хотяй майже завсїгди приходять они на сьвіт троха завчасно, через що потребують більшого піклованя і тепла.

Чого не робити при породї.

Як дозрілий овоч сам собою спадає, — так само і дозрілий плід родить ся без жадних лїкарств, без жадної штуки, навіть без помочи чоловіка. Здавало-б ся, що всї повинні то розуміти, а однак на селї таких мудрих людий на пальцях можна почислити. Оповім вам, що я сам бачив власними очима. В селї Бордовичах жінки родили дїти найчастїйше стоячи, або на колїнах; неодно отже дитя тяжко покалїчило ся, не одна мати дістала такого упливу крови, що ледви лїкар міг його затамувати, а дитя вийтихи навіть забило ся.

В деяких селах між нашим народом є звичай, що вагітними женщинами перед породом з цїлої сили потрясають: прискорять через те часом порід, але завсїгди спричиняють такий уплив крови, що нераз женщина мусить перележати в шпитали і пів року. В однім селї один господар взяв перед породом свою супругу за руки на плечі, гейби барана і тряс нею, начеби хотїв витрясти з неї дитя. О! І витряс, але вже було неживе — біднятко!

Я бачив єще більші муки вагітної женщини, перед самим родженєм повісили її за ноги головою на дїл — зімлїла сейчас і ледви було можна привернути її до житя, а дитя треба було витягати клїщами. Є і такі люди, що думають, що лїкарство або якась їда приспішить порід, або зменшить

болї. Дають тодї женщинї преріжні річи: то напоюють горівкою, що є убійством для немовлятка, то дають воду з милом, оливою, порохом, говорячи, що плід легше вийде по милї або оливі, що порох його викине; фактом же є, що мило через губу, нїколи не дійде до матерницї, але може спричинити хоробу кишок, або блюванє, що при породї є дуже шкідливим.

Знаходять ся єще так дурні повитухи, що дають вагітним жінкам кукіль до споживаня перед породом. Тодї материця дуже сильно корчить ся, анї на хвилинку не звільняє ся, через що дитя найчастїйше вмирає, часто наступає розірванє орудій розродних а навіть пукненє матерницї.

В деяких родинах підкаджують вагітну женщину всїляким зілєм,що спричинює омлїня а не поміч. Нїчо також не помагають заклятя ворожбитів.

Що робити при породї?

Коли хочете, щоби порід відбув ся як найлучше, без нещастя, щоби женщина найскорше прийшла до давних сил, а дитя вродило ся живе і здорове, то ви повинні поступати ось як:

Вибрати простору, теплу комнату, де нема задухи анї протягів.

Лїжко, на котрім женщина має родити, висунути так, аби з обох боків був до него доступ. На лїжку має бути чистий і повнїй соломою напханий сїнник, прикритий цератою, щоби не замочити його.

Коли вагітна женщина починає відчувати перші болї, треба її дати лївативу з теплої води і ложочку оливи, обмити теплою чистою водою орудя споловні і пригадати, щоби не придержувала мочі.

Їсти треба давати небогато а горячих напитків — горівки, пива, вина і т. п. не давати зовсїм.

Прикликати в пору добру акушерку (повитуху) котра не повинна відходити від жінки, поки не скінчить ся весь порід. Має Її у всім помагати, підтримувати орудя розродні, приняти по породі дитя, перевязати пупець, виняти дитя, але ніколи не повинна тягнути дитяти, анї не робити якої будь операції. Вона має пильнувати чи порід правильний, чи всьо йде як треба, а наколи покаже ся яка трудність, неправильність, — є зобовязана прикликати лїкаря. Помагаючи родячій, повинна мати чисту одежу а руки добре вимиті в слабім розчинї карболю. Коли сам порід зближає ся, треба випросити з комнати всїх свояків і знакомих, щоби як найменше осіб було в комнатї, де має бути чистий, сьвіжий воздух і рівномірна теплота.

Треба приготовити ось що: кілька чистих простирал, ручників, чисту сорочку для женщини, біле для дитяти, ножички чисті і острі, кусник міцної а чистої і змоченої в карболевій воді шовкової або бавовняної нитки до перевязаня пупця, теплої води, ванночки для купели дитяти, кусник мила, троха вина і хоч один тузин чистих пеленок. Коли міхур пукне і вода відплине, треба сейчас положити женщину до лїжка навзнак, під крижі підложити подушку або вовняну хустку, зложену в кілька частий.

При більших болях вразьно вже випихаючих плід, зігнути родячій ноги в колїнах і широко Їх розложити. Тепер можна родячій позволити надувати ся, наче би на стільци. Нехай лише тоді надуває ся, коли болї приходять, а не в перестанках між ними.

При виході головки дитяти на сьвіт, треба її піддержувати, кладучи на ню пальці одної руки, руку-ж на край орудя розродного родячої, щоби не допустити до роздертя.

Коли дитя уродить ся цїле, положити його коло матери на постелї і ждати кілька хвиль аж почне добре віддихати і кричати. Доперва тодї на чотири пальцї від пупця дитяти

перевязати мяский шнурок пупця міцною, чистою льняною або шовковою ниткою на ґудз; на один цаль за тим перевязанєм перевязати пупник вдруге, а в середині між перевязанями перетяти його ножицями.

Єсли женщинї робить ся слабо, можна подати її вина, або зимної води. Через якийсь час, нїм містище не віддїлить ся, мусить вона лежати цїлком спокійно, анї ворухнути ся.

Добре тодї є, коли злегка натирати матерницю долонєю через живіт. Не спішити ся з витяганєм містища; не відривати його нїколи силою! Хотяй би воно вийшло доперва по годинї або пізнїйше, нїчо то не шкодить поліжницї.

Коли болї приходять знова і містище вже показуєть ся, виняти його обережно, беручи за пупник і потискаючи рукою за горішну часть матерницї через живіт.

По віддїленю ся містища і решток міхура плідного, — треба обмити теплою перевареною водою орудя розродні — споловні матери.

Виняті з під женщини закровавлені мокрі простирала, а підложити сьвіжі, чисті, огріті, не дуже при тім порухуючи її.

Під голову підложити подушку.

Дати її напити ся води з вином і позволити її заснути.

Як радити собі в тяжких недомаганях при породї.

Як в вагітности, так і при породї у декотрих женщин можуть бути тяжкі недомаганя як пр.: блюванє, котрі легче проминають, єсли напити ся зимної води, або поликати кусочки леду.

В случаю омлїня скроплювати лице і груди зимною водою, давати до питя зимну воду з вином, вино, а до нюханя міцні кроплї: амоняк або етер.

Коли болї породні є дуже великі, то треба дати жен-

щинї теплу купіль в ваннї, легко натискати через живіт матерницю, а підчас болїв вишихаючи треба женщинї надувати ся.

Часом пупник закрутить ся вокруг тїла дитяти, найчастїйше шийки, або стисне ся в наслїдок притисненя його до кости. Тодї акушерка повинна чимскорше відкрутити той пупник або відсунути його від натискаючих частий, бо при тисненю пупника кров від матери до дитяти щораз слабше припливає, аж цїлком перестане, а тодї дитя вмирає.

О тяжких породах.

Тяжкий порід найчастїйше залежить від того, що женщина має кости в бедрах надто стиснені, через що головка плоду ледви що може змістити ся і перейти між ними.

Щоби перепхати головку через таке звужене місце, матерниця мусить корчити ся надзвичайно сильно. Коли не помагає — матерниця слабне і перестає цїлком корчити ся. Такі жінки завсїгди тяжко родять — і найчастїйше — неживі дїти.

Часом то і цїлком уродити не можуть.

При таких тяжких породах лїкарі накладають на головку клїщі і стиснувши її ними, витягають силою. А щоби операція удала ся, треба зробити її в пору. Єсли задовго ждати, то головка так втиснеть ся між бедра а крижі, що навіть не буде можливим заложити клїщі. Тодї нема иншої ради, лише треба продїравити головку дитяти, повиймати з неї кісточки, випустити мозок і доперва тодї його витягнути.

В містах лїкарі далеко частїйше витягають клїщами живі дїти, бо їх кличуть в пору, в коротцї по упливі води.

На селї нїм надумають ся післати по лїкаря, проминє нераз цїлий день, то також і лїкар далеко частїйше мусить дїравити головку.

Добре і про се знати, що о много менше булоби женщин із звуженєм костий, колиб родичі лучше дбали про сво їх дїтий. Ви мабуть всї бачили дїтий з анґлїйською хоробою з ніжками покривленими в півлук. На ту хоробу лїкарі мають лїкарство, певне і недороге. Єсли-же занедбаєте. то кривіють не лише ніжки, але і бедра і крижі, через що повстає звуженє костий.

Часом знов порід тяжкий через зле положенє плоду: дитя родить ся не головкою і не ніжками, але укладаєть ся в поперек. Матерниця корчить ся дуже сильно, але даремно, часто навіть пукає. Єсли лїкаря покликати в пору, як лише відійде вода, або навіть єще вчаснїйше, то поміч легка. Лїкар кладе руку до матерницї і робить оборот: хватає за ніжки, потягає їх в дїл, а головку відпихає в гору. Плід замість родити ся в поперек, приходить на сьвіт ніжками.

Єсли же по упливі води чекати довго, то матерниця так обтисне на дитинї, що анї руки до неї вложити, анї плоду порухати не можливо. Лїкар тодї мусить різати дитя на кусники і так його виймати. Розуміють ся, що при такій операції, як дїравленє головки; розірванє плоду, може зазнати лиха і матїр.

Часом женщини, не розуміючи ся на річи, пробують робити оборот, або тягнути за головку. Хорони Боже від такої помочи. Такі операції треба вміти робити, знати, где шукати ніжки, за котру хватати, як тягнути, в котру сторону обертати.. А розтягнена матерниця так є тоненька, що розірвати її можна дуже легко. Тому отже правно заборонено повитухам і акушеркам робити операції. Буває однак і много инших причин тяжкого породу: упливу крови, конвульсиї, за великий плід, закиненє ручки або ніжки по при головку і т. п. ,

Може хто скаже, що преціньне можливо взивати лїкаря до кождого породу. Розуміють ся, що так. На сто породів, ледви кілька случить ся тяжких. На селї то єще частїйше, а се через то, що баби (повитухи), непотрібно, хо-

тячи нїби помогчи родячим, вправляють з ними ріжні штуки. Одно з двох: — або порід відбуває ся звичайно, тоді не треба анї лїкаря, анї помочи, лише послуги; або також порід є тяжкий, тоді поміч є потрібна і то скора. Як однакож пізнати, чи порід є тяжкий? Акушерка, добра бабка (повитуха) може і повинна то пізнати і тоді нема що надумувати-сь, лиш чим мерщій післати по лїкаря.

Котра женщина вже раз, чи кілька разів родила тяжко, неживе, або потребувало операції, до тої треба спровадити лїкаря і то вчасно перед упливом води. При дуже великих звуженях, найлучше порадити ся доктора єще підчас вагітности, бо тоді можна приспішити порід в осьмім — семім місяци, поки плід є єще малий.

Як женщина повинна заховувати ся по породї — підчас пологу?

Як уродить ся дитя, відійдуть останки міхура плідного, сцїп крови і містище, матерниця знов починає корчити ся, але вже не на то, щоби впихнути що з себе, але щоби зменьшити ся, стягнути — стати-сь поволи такою, якою була перед вагітностию. То саме дїеть ся і з иньшими орудями розродними і з живтом; — всьо вертає на своє місце, всьо приходить до давного стану, але повільно, бо доперва по шістьох тижнях.

В першім дни з орудий розродних, найбільше з матерниці випливає майже сама кров, а завсїгди богато — треба змінити хоч один тузин покладів. В слїдуючих днях — до шестого — відходи є вже меньше кроваві і що раз їх меньше. По тижни же вже дуже часто у відходах не видно крови цїлком; є они біляві, густїйші, молочні. Хотяй з кождим днем їх меньшає — однакож тягнуть ся они цїлий місяць довго, а часом і шість тижнїв.

Женщини по породї, чують ся з початку дуже ослаблені; в перших днях дуже пітнїють, відчувають спрагу, дізна-

ють болїв в долинї живота по причинї корченя ся материцї. В кілька годин по породї, їх груди наповняють ся поживою (молоком). Часом справляє їм троха горячки на день або два.

Як бачите, положниця сама через себе повертає до сил і давного житя і здоровля — не потреба отже лїчити її. Однакож в перших днях, навіть тижнях, мусить она бути осторожною, щоби нїчим собі не пошкодити; в противнім бо случаю легко набавити ся хороби жіночої. Єще до тепер панує між нашим народом той згубний звичай, що положницї встають дуже вчасно по породї, а навіть беруть ся сейчас до роботи.

Положниця конечно повнна перележати в лїжку девять днїв, а що найменьше один тиждень, єсли є сильна і скоро приходить до здоровля. Вже знаємо, що материця повертає до звичайного стану доперва по шести тижнях, але до того власне треба спокою. В першім тижни по породї є она так велика і так гнучка, а всьо кругом неї так мягке і розширене, що при ходженю дуже легко материця може перехилити ся, зігнути ся, опустити-сь навіть впасти, що опісля вже не легко направити. А дальше, через завчасне встане, материця може не зменшити ся і полишаєть ся тодї на засїгди напухнена; так женщина має за часто місячку і з великими болями, а в кождім селї знаходять ся женщини з такими материчними хоробами.

Нещасне їх житє: брак їм сил до працї і витревалости і доброго настрою. Через свою хоробу відчувають біль на цїлім тїлї, а часто також бувають злі, сварливі, вибагливі. А се те стало-сь по причинї скорого встаня по породї. І щоби хоч був який пожиток з такого вчасного встаня! Але яку-ж то роботу може зробити бідна, ослаблена положниця!? Ноги під нею трясуть ся, ледви ними поворушує, випростувати ся не година, в голові шумить, в очах темнїє, а що раз то їй не добре робить ся, начеби омлївае. Гдеж такій женщинїй до працї?!

Мудра женщина підчас пологу повинна би заховувати ся ось як: — через перші чотири дни-лежати спокійно на взнак в лїжку, не підносити ся, не перевертати ся з боку на бі. Підчас кормленя ідженя най підкладають її під голову другу подушку. Мокре простирало нехай з під неї витягають, а підкладають чисте і сухе. В комнатї велїти отвирати кілька разів вікна, щоби воздух був свіжий і чистий; не позваляти в нїй нїчо сушити, прати нї варити.

Не приймати гостий, мало говорити, нїколи не морити себе голодом; першого дня їсти росіл з мяса волового або курки, пити молоко, другого дня — яйця на мягко зварені, печене мясо і білий хлїб; в слїдуючі днї можна вже їсти всьо, що смакує. В пеших кількох днях не сходити з лїжка на столець, але велїти підсувати під себе відповідний посуд, старати ся, щоби білє було чисте, котре треба часто зміняти.

Орудя розродні — споловні треба обмивати теплою водою два рази на день. Заприцованє до внутр може робити лише вправна акушерка. Єсли же такої нема, то лучше того цїлком не робити.

Бородавки соскові обмивати чистою водою по кождім кормленю і перед кождим кормленєм дитини.

Не пити горівки, не їсти цибулї і корінних пожив, а за те пити молока, їсти мучні страви, затерку, сочевицю і т.п.

В случаю некормленя не брати нїякого лїкарства на зігнанє молока, лише посмарувати груди олїйком камфоровим, обложити їх ватою і легко обвязати ручником; через кілька днїв пити небогато. Не вставати скорше, як по девяти днях і лише в такім случаю, коли у відходах не буде ани кроплї крови.

Купати ся не скорше як по місяци.

Брати ся до тяжкої роботи доперва по шести тижнях, а вертати до супружого житя ще пізнїйше.

Що робити в легших і тяжших недугах підчас пологу.

І підчас пологу лучають ся недуги часом легкі, котрі легко вилїчити, а часом так тяжкі, що кінчать ся смертию. Найчастїйше бувають:

Запір в перших днях пологу: найлучше усунути його рициновим олїйком ( ).

Розвільнене полове — зникає по кількох днях само собою.

Кровисті упливи вимагають цїлковитого спокою і безуслівно поради лїкарської.

Біль в грудях у некормлячих. Єсли підвязане (як вище була про те згадка) нїчо не помагає, то прикладати катаплязм з картофляної (бараболяної) муки. До того потреба кілька ложок картофляної муки розробити в зимній воді і розмішати то з горячою водою на крохмаль, насмарувати ним грубо кусничок чистого полотна, прикрити другим кусником полотна і, поки єще горячий, приложити до грудий, посмарованих чистою оливою.

Пукнене соскових бородавок. Хотяй то нїби не велике терпіне, а страшний біль справляє кормлячим і нераз спричиняє тяжку хоробу — боляк на грудях. Треба прикладати чисті шматки, замочені в оловяній воді, купленій за 10 центів в аптиці; дитині при такім терпіню нїколи не давати до ссаня голу соску бородавку, але завсїгда прикривати каптурцем, котрий легко дістанете в аптиці. Перед кормленем бородавку обмити з оловяної води.

Боляк в грудях. Починає ся від бородавки. Єсли з верху (навнї) неглубоко, то легко його пізнати: скіра в тім місци горяча, червона, а при тім повстає сильний біль, дрож і горячка. Спершу треба прикладати що хвилї шматки замочувані у зимній воді. Єсли-ж зимна вода не помагає, опухнене не зникає, щораз більше болить, то прикладати на груди горячі (теплї) катаплязми (плястри) картофляної муки, або з льняного сїмени; під ними боляк або розійде ся,

або скорше нарве і пукне. Боляк на грудях нераз буває тяжкою хоробою, а також єслн катаплязмн не помагають, дрож повторює ся, то найлучше удатн ся до лїкаря о пораду.

Але наймудрійше буде постарати ся єще підчас вагітности о те, щобн бородавкн прн ссаню не пукалн; отже обливати їх часто зимною водою і горівкою. Хто видів, скільки то болю буває з пукненя бородавкн, скілько терпнть ізза боляка на грудях, не пожалує того труду.

Найнебезпечнїйшою хоробою і найчастїшою смертію в полозї є: пологова горячка.

Коли отже поліжниця дістане сильний дрож і горячку, чимскорше треба післатн по лїкаря, котрий в пору поклнканий єще зможе усунути небезпеку.

Ся страшна хороба нїколн инакше не повстає лише через занесенє зарази брудною рукою до матернищ. отже через недбайливість акушерки, котрій не хотїло ся обмитн старанно рук в розчинї карболевої водн перед оглядинами або помаганєм поліжниці.

Як на селї котра женщина хорує на полову горячку, то до инших поліжниць нїхто від неї не сміє переходитн, бо легко може перенестн до кого иншого заразу.

Як обходити ся з новонародженою дитиною?

Як лише дитя народить ся — треба палцями вигорнути йому з уст густий плин, щобн йому не перескаджав віддихати.

Звичайно дитя сейчас по народженю починає віддихати і кричатн. Случаєть ся однакож і при правильнім породї, що не видає воно з себе голосу, не дає знаку житя і наче мертве. Тодї треба чимскорше забрати ся до його ожнвленя. Часом вистарчить вже вибранє густої течи з уст. і дитя зараз почне віддихати і кричати.

Дайте йому кілька маленьких ударів в задок, порскніть на лице і груди троха зимної води, натирайте йому груди і ніжки горілкою, овиніть його в теплі пеленки, погрузіть кілька разів в добре теплій воді, тільки щоби не в окропі.

Добре також всипати до води пучку спорошкованої гірчиці. Розтиранє і купіль варто повторити кілька разів а не знеохочувати ся і не опускати рук від разу, колиби зараз не помогло. Коли то всьо не поможе то лїкарі нераз ще оживляють так нїби мертве дитя колисанєм.

Завинувши йому груди і животинок в теплу пеленку, беруть його попід пахи так, щоби великі палці спочивали нашлечках. Тоді опускають дитя на хвилю між свої колїна, і незгинаючи рук, підносять дитя високо задком до гори, головкою до долини. Повторяють то кілька разів.

Часом таке дитя починає віддихати, коли йому дмухнути в уста власний віддих. — Зараз по уродженю немовлятко не дуже гарно виглядає, головку має нескладну, опухнену; тїло покрите неначе товщем — мазею плїдною, лице і ціла скіра червоні; з'кишок видїлює ся чорнява маса ґей би ріденька смола. По кількох днях всьо те проминає: опухненє зникає, голова стає круглїйшою, уся скіра блїднїє, мазь-товщ зникає, чорна теч з кишок вже не видїляє ся, лише жовтий „столець".

Коли дитя жиє, пупник вже відтятий,а мати на разї вже не потребує помочи, треба забрати ся до очищеня дитяти з мази-товщу в купелї; наколи товщ держить ся скіри міцно, то намиленим кусником полотна, або ще лучше, змоченим в жовтку яйця натирає ся легко голову, шию, під пахами і всюда, цїле тїло, де лише є мазь-товщ. Опісля тримаючи дитя на-взнак — головкою до гори — вкладемо його до ванни з теплою водою і обмиваємо цїле тїло, підтримуючи головку. Купаємо його кілька хвиль, відтак витираємо сухими, теплими пеленками, а всї зморщики і зїгненя тїла засипаємо рижовою мукою, спорошкованим крохмалем, або порошком, що звет ся в аптицї „licopodium".

В перших тижнях дитя повинно так бути купаним що дня, лише не зараз по кормленю.

При купели нїколи не забувати о очах дитяти і обмивати його кілька разів осібно перевареною теплою водою, щоби не дістало запаленя очий.

По викупаню витертю дитини обвиваємо пупник кусничком чистого полотна замоченого в оливі, кладемо його на лїво від пупця і легко оперізуємо животник. Наолївлене полотно треба зміняти часто по купели, аж на четвертий або пятий день пупник відпаде. Пупник можна також обкладати чистою, сухою ватою не накладаючи на животик нїяких бандажів (перевязок), тодї пупник еще скорше відпадає. Мала рана по засипаню порошком рижовим по кількох днях цїлком загоюєть ся.

Усунувши пупник, треба убрати дитя, лише не в тїсні і брудні пмати, але в чисте біле, вигідне, руки і ноги повинні бути свобідні, животник — нїчим не стисненний. Досить вложити на дитя сорочечку, флянелеву суконку і завинути його легко у полотняну пеленку.

Подушка не повинна тиснути на животик і ніжки, не повинна з'упиняти рухів, бо і малій дитинї здоровше буде свобіднїйше віддихати, порухувати троха ніжками і ручонятами.

Коли дитя вже вбране, положіть його до ліжочка, а нїколи до ліжка матери. Нїчо гіршого нема над призвичаєне класти дитя до ліжка при матери, бо то і нездорово і небезпечно, коли оно віддихатиме нечистим воздухом, а може бути навіть удушеним через рідну матїр, коли зморить її сон.

Дитя може обійти ся без колисаня. Всьо залежить від призвичаєня. Спробуйте з початку від уродженя класти дитя до ліжечка, як лиш прийде пора спаня, без говореня до него, без колисаня, а позбудите ся клопоту з колисанєм і переконаєте ся, що скоро і без крику буде засипляти, хиба, що хоре, голодне, або мокре.

Лучають ся у нас ще такі злі матери, чи також дурні, що заспиляють дитя маком або горілкою. Нещасливе таке дитя може умерти в наслїдок їх темноти, або на цїле житє зістати слабовитим або позбавленим розуму.

Лїжочко поставити в комнатї не на переходї, не близько дверий, де є протяги. Комнату провітрювати. Не треба нїчим заслонювати вікон, а щоби сьвітло сонця не разило дитину в очи — так над лїжочком треба розпростерти кусник тоненького перкалю і така фіранка заслонює дитя і від сьвітла і від мух, нехай лише не доторкає лиця і не перешкаджає віддихати. Лїжочко мають становити: Сїнничок має бути випханий соломою, прикритий цератою, щоби не перемок, а на то простиралом; мала подушка під голову, напхана вівсяною половою, бо в случаю замоченя полову можна завсїгди легко змінити наново, а спати на них рівнож добре, як на пірю, до прикриваня мала перинка, а в лїтї колдра.

Єсли ново-народжене дитя виглядає слабо, єсли в комнатї зимно, то треба конечно положити єму до лїжочка звичайні бутельки наповнені горячою водою і овинені пеленками. Коли бутельки остигнуть, наляти знова до них горячої води — повтаряти то що кілька годин, хоть через перший тиждень. Новонароджене дитя мусить мати коло себе більше теплоти, нїж старший чоловік бож воно ледви що на сьвіт прийшло з утроби матери, де тепло було більше. А вчасно прийшли на сьвіт. Через кілька годин по уродженю — коли мати троха відпічне — не давати дитинї нїчого пити. Звичайно подають румянець або воду з цукром, але то зовсїм непотрібне, а до того ще і шкідливе, бо від цукру дістає дитина біль у животику. Новонароджене дитя може досконало 4 і 5 годин пождати, лише положіть його до теплого лїжка, а буде спати цїлком спокійно.

Коли матїр відпічне, треба приложити її дитя до грудий, котрі найперше обмити чистою водою.

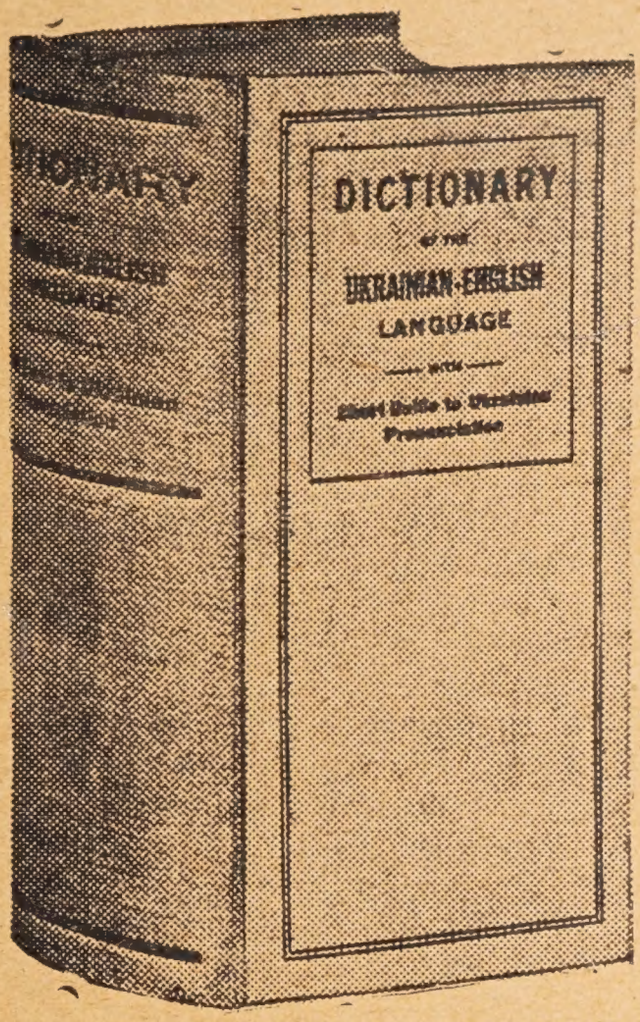
В перших тижнях дитя повинно ссати в день що дві годині, а в ночі всього два рази; пізнійше, коли за одним разом може більше виссати, що три години в день, а в ночи лише один раз.

Дитина, що призвичаєна до правильного кормленя від уродженя, далеко менше кричить і є невибагливою. У нас мати дає дитині грудий стільки разів, скільки дитина чого небудь заплаче. А се нерозумно, бо дитя плаче не лише задля голоду, але і тоді, коли змочить ся або занечистить ся, коли його за сильно стиснено, або коли його за рідко купа- конечно більше тепло потрібне для тих дітий, котрі передють.

Самі зрозумієте, що новонародженій дитині не можна нїчого давати до їдженя, лише молоко матери. До сїм місяців не повинно воно нїчим иншим живити ся як материнм молоком, бо до того часу не має анї зубків, анї досить слини, анї досить соку в жолудку нї в кишках. Молоко матери є для немовлятка завсїгди найпоживнїйшою поживою. А мати, що сама не кормить дитини своїми грудьми — зле желає своїй дитині і бажає для неї недуги.

Однакож случає ся часом, що хотяй би мати хотїла дитя живити молоком з грудий, то не може або є сухітницею, або дуже ослабленою, або має за малі соскові бородавки, або дуже поранені. В такім случаю треба дати дитину кормити иншій женщинї, але лиш здоровій.

При кормленю дитини хорою женщиною можа заразити і дитину, головно хоробою венеричною і противно — від сифилїстичної дитини може набути тої хороби мамка.



ПЕРШИЙ І ОДИНОКИЙ ТОГО РОДА

УКРАЇНСЬКО-АНГЛІЙСЬКИЙ СЛОВАРЕЦЬ

що обнимає 1600 сторін друку, з повною граматикою, азбукою друкованою і писаною, — і, — що найважнійше, — З вимовою англійських слів.

Се є перше таке видане в українській мові.

Словарець сей є конечно потрібний для кождого Українця. **Видавництво не жалїло висипати суму грэша на те, щоби словар відповідав вимогам нашої суспільности. Щоби скоро знайти потрібне слово, на те є поазбучний реджістер так в українській як і англійській части. Ціна його є $2.00**

Пишіть по катальог книжок і музичних інструментів:

Ruska Knyharnia

848-850 Main St. Winnipeg, Man.

Кождому потрібно книжки.

Порадник гігієнічно лїкарський.

ПРОВІДНИК ГІГІЄНІЧНО-ЛЇКАРСЬКИЙ.

Недуги пошестні. — Зладив др. Евген Озаркевич, директор »Народної Лїчниці« у Львові.

Попри инші порадники почало Тов. »Просвіта« видавати в сім році лїкарський порадник. Яко перше число сего видавництва вийшла праця д-ра Евгена Озаркевича про »Недуги пошестні«. Обговорено докладно в сій книжці сї недуги, які узнані за пошестні і проти котрих поширеню власти виступають. Подрібно обговорені тут: кір, дифтерія, шкарлятина мумс, дизентерия, коклюш, дур черевний і пятнистий, віспа звичайна і вітрова, пошестне запалене мозково-стрижевих опон, холера азийська і домашня, чума. В другій части книжки подано способи поборювання пошестних недуг враз з відносинами законними постановами. Книжка ілюстрована. Повинна найти ся в кождім громадськім уряді, в кождій шкільній бібліотеці, в руках кождого інтелїґента, що живе серед народа і у просьвічених селян.

Ціна брошури **50ц**

В оправі в полотно коштує всего..... **75ц**

ПОРАДНИК ЛЇКАРСЬКИЙ В НАЙВАЖНІЙШИХ НЕДУГАХ.

Зладив др. Евген Озаркевич.

Дешева ся брошурка є немов дальшим тягом повисшої книжки, бо обговорює коротко а ясно инші недуги: біль голови, зімлїне, жовтїльниця, зубковане дїтий, кашель, колька в боцї, кровоток і т. и. недуги, що часто лучають ся в кождій хатї. З огляду, що ціна брошури дуже мала, а подано в нїй вказівки, як можна собі порадити в сих недугах, поручаємо ї кождому. — Ціна лише **10ц**

RUSKA KNYHARNIA

848-850 Main St., Winnipeg, Canada.